



はなてんびん

Vol.11 2009年5月

発行責任者 地域連携室

「地域医療連携」

地域連携室室長 坂本 幸恵

本院でも念願でありました地域連携室が昨年4月に設置され、ちょうど1年になりました。それまでは、患者様の相談業務や入退院調整、病診連携、病病連携、地域との窓口業務等々がそれぞれ別々の部署で行っており、院内における連携も不十分なものでした。そこで、各部署から担当していたスタッフが同じ部署に集まり、仕事をするることにより、常に業務の見直しや新しい取り組み等を行ってまいりました。

そこで、現在行われている業務は

- ※ 地域医療機関からの各種問い合わせ窓口
- ※ 紹介入院患者様の受付および連絡相談窓口
- ※ 紹介患者様の返書管理
- ※ 外来より入院の患者様の対応
- ※ 入院患者様の他院受診予約
- ※ 開放型病床の窓口
- ※ 医療費、生活費の相談

- ※ 退院後の療養や転院についての相談
 - ※ 社会資源についての相談
 - ※ その他患者様やご家族様の抱える不安や悩みごとの相談
 - ※ 公開医学講座の開催
 - ※ 病院広報誌の発行
- 等があります。設備の関係上まだまだできていない業務もありご迷惑をおかけすることもあります。今後はより充実した業務を行う為5月よりスタッフを1名増員し5名のスタッフで対応することとなりました。

地域連携室では地域に開かれた病院の窓口として、医療連携を推進し、患者様の治療から療養、そして退院に向けた援助が円滑に行われ、ご満足いただけるように「連携」の輪を広げていくことを目指しております。今後も何かご相談がありましたらお気軽に声をおかけ下さい。



「看護の日」

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日に制定されました。1965年から、国際看護師協会(本部:ジュネーブ)は、この日を「国際看護師の日」に定めています。本院では5月14日(木)に看護の日の催しを行います。この機会にぜひ足をお運びください。

家庭血圧測定のすすめ



内科 久米川 寿

① 家庭血圧をより重視する傾向

血圧測定は、検診時や診療所受診時に外来で、主に水銀血圧計を使って測定してもらうのが普通でした。しかし、自動血圧計の普及並びに小型軽量化と精度の向上により、一般家庭でも正確に血圧測定が行えるようになり、家庭血圧による臨床研究も多数蓄積され、現在では外来血圧よりも家庭血圧をより重視するようになってきました。外来血圧と家庭血圧の臨床研究からは、白衣高血圧、仮面高血圧、早期高血圧などの新しい分類も生まれました。

② 血圧の新しい分類

白衣高血圧とは、外来で測定した血圧が常に高血圧で、家庭血圧が常に正常な状態です。これは、内服治療をされていない未治療者における定義です。診療所血圧と家庭血圧の差は治療中の患者さんでも認められ、これを白衣現象と呼んでいます。白衣高血圧が有害か無害かは未だ確定されていません。

仮面高血圧（逆白衣高血圧）とは、白衣高血圧とは逆に、診療所血圧は正常で、家庭血圧が高血圧状態であるものと呼んでいます。この仮面高血圧は、検診時や診療所では正常である為、見逃されやすく、家庭血圧を測定してはわかりません。さらに、家庭血圧測定でわかるものとして早期高血圧があります。

早期高血圧とは、起床後早期の血圧が特異的に高い状況です。最近の研究で、早期高血圧は仮面高血圧と同じく、脳卒中や心筋梗塞になる危険が高いと言われえており、健康診断では正常血圧であると言われても、家庭血圧測定を行って、仮面高血圧や早期高血圧がないかを確認しておくことが大切です。仮面高血圧と早期高血圧は治療が必要です。治療効果の判定には、もちろん家庭血圧測定が必須です。

③ 家庭血圧の意義

血圧を自分の家で、しかも毎日測定することは、外来受診時のみに血圧を測定していた時に比べ手間のかかることとなりますが、自己管理という面から考えるとより望ましいと考えられます。既に高血圧症と診断されて内服治療を受けている方にとっては、降圧薬による過剰なあるいは不十分な降圧を自ら確認できます。また、食事や睡眠不足、ストレスなどによっても血圧変動が生じることが実感できると思いますし、それによって、日々の生活の中でどうすれば自分の血圧が安定するのかを知ることができます。



④ 家庭血圧の正常値

実際の値としては、家庭血圧の 135/85mmHg 以上をもって高血圧と診断します。一方、125/80 mmHg 未満を家庭血圧の正常とします。なお、外来血圧での高血圧は 140/90mmHg 以上です。検診時血圧が正常であっても、その値がもし 130/85mmHg 以上ならば、家庭血圧を測定しましょう。仮面高血圧や早期高血圧の可能性が残されています。また、家庭で高血圧の方がいる場合には、高血圧の予防と早期発見のため、家族全員の家庭血圧を測定しましょう。

⑤ 体重と腹囲測定も定期的に

最後に、家庭血圧測定を行う習慣と共に、体重測定と腹囲測定も定期的に行いましょう（少なくとも1ヵ月に1度）。体重測定では、 $BMI = (\text{体重 Kg}) \div [(\text{身長m}) \times (\text{身長m})]$ が 25 を超えないようにします。腹囲測定は、男性 85 cm、女性 90 cm 未満が目標です。BMI と腹囲を目標以下にすることで、高血圧症の予防と治療の第一歩がとにかく達成されたこととなりますから。

新人紹介

「看護師になって」

3病棟 横山愛姫

神崎中央病院3病棟に勤務させていただき1か月が経とうとしています。右も左も分からない現場に戸惑うことも多くありますが、スタッフの方々の親切な助言のもと日々過ごしています。

私には、学生の頃からの夢があります。それは“患者様の可能性を広げることができる看護師になる”というものです。入院生活を余儀なくされた患者様には個々のライフスタイルがあります。私は少しでも入院前の生活に近づけ、その人らしい生活を送ってほしいと思っています。その為に「これはできないであろう」と卒にはめず、患者様のADLやQOLを十分に考慮しその可能性を広げるお手伝いをしたいと考えます。今はまだまだ未熟で何も出来ませんが、スタッフの方々に教えていただいたことを1つ1つ大切にし、夢に近づけるよう努力したいです。

入社式

4月1日に入社式が行われました。

今年度は、看護師10名、理学療法士4名、看護助手2名、薬剤師1名、臨床工学技士1名の合計18名が新しく仲間に加わりました。

その真剣な眼差しに、新入職員の皆さんの無限の可能性をみることができ大変嬉しく思います。

フレッシュな気持ちで患者様と接し、今後活躍してくれることを期待しています！



お知らせ

糖尿病教室

日時：6月より毎月第4水曜日

15時～1時間程度

場所：神崎中央病院 2階会議室

内容：1年を通しシリーズで行います

6月は佐々木医師

「糖尿病ってどんな病気？」

管理栄養士

「知っていますか？」

あなたに必要なカロリー」

血糖値の高い方、ご家族に糖尿病

をお持ちの方、ぜひどうぞ



公開医学講座

4月30日(木) 14:00より、本院会議室にて、内科 澤村医師による「胃・大腸内視鏡検査」と題した公開医療講座が開催されました。

内視鏡検査の必要性や、胃がん、大腸がんの予備知識などについてのお話のあと、実際に内視鏡カメラに触れてもらったり、胃カメラの映像を流すなど、普段見ることのできない世界に興味深々でした。



診療科目：内科・外科・整形外科・泌尿器科・皮膚科・

耳鼻咽喉科・リハビリテーション科

人工透析センター

診療時間：午前診察 9:00～11:30

午後診察 13:30～16:00

診察日：月～金 午前診察・午後診察

土 午前診察

※ 日曜日・祝日は休診



〒529-1445

東近江市五個荘清水鼻町 95 番地

TEL 0748-48-5555

FAX 0748-48-5556

E-mail info@kanzakihp.com

URL http://kanzakihp.com

<地域連携室>

TEL 0748-48-5558

FAX 0748-48-5722